



జ్ఞాన యోగం

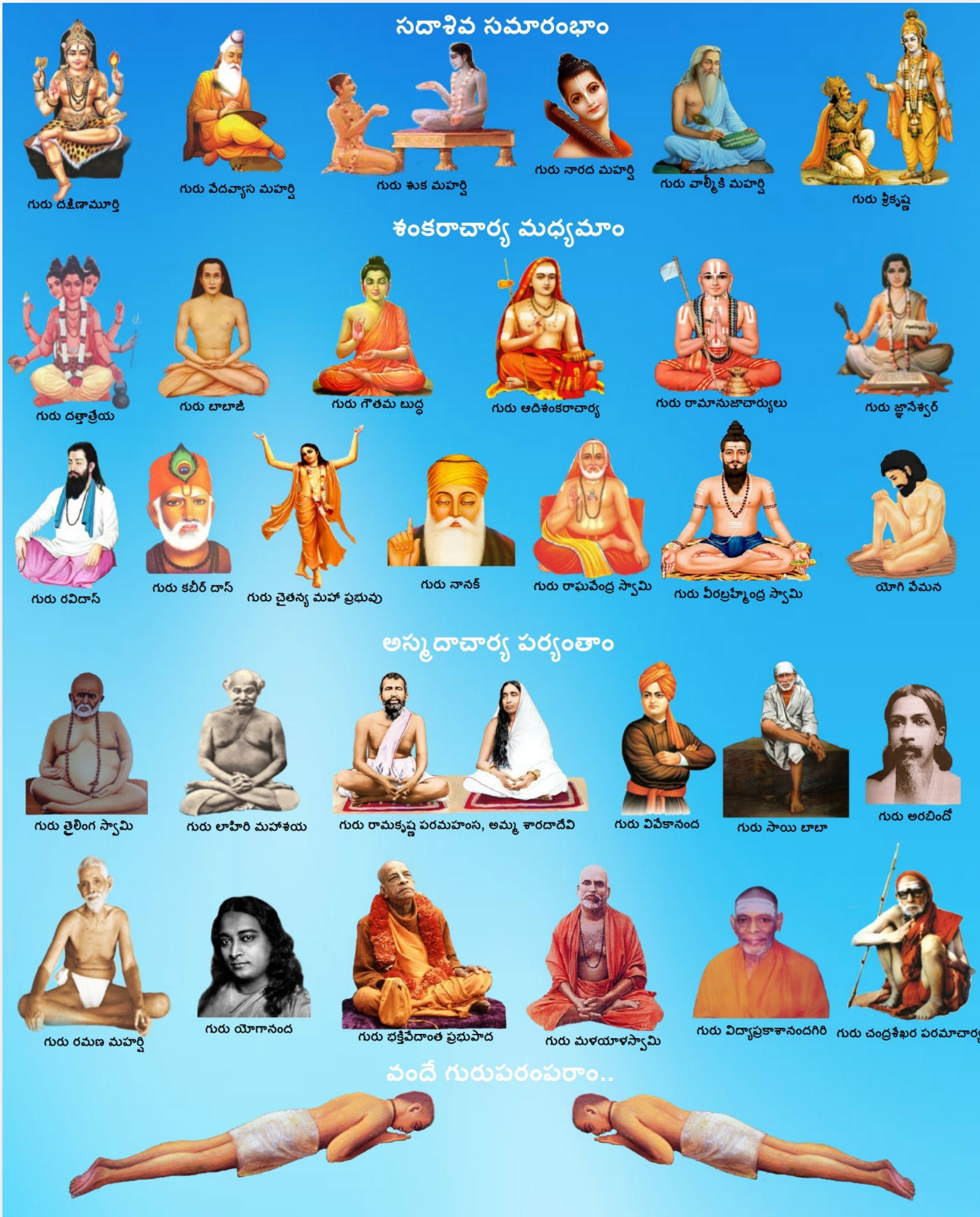
విచారణ

చైతన్య జాగృతి








సదాశివ సమారంభాం
గురు దక్షిణామూర్తి
గురు వేదవ్యాస మహర్షి
గురు శుక మహర్షి
గురు నారద మహర్షి
గురు వాల్మీకి మహర్షి
గురు శ్రీకృష్ణ
శంకరాచార్య మధ్యమాం
గురు దత్తాత్రేయ
గురు బాబాజీ
గురు గౌతమ బుద్ధ
గురు ఆదిశంకరాచార్య
గురు రామానుజాచార్యులు
గురు జ్ఞానేశ్వర్
గురు రవిదాస్
గురు కబీర్ దాస్
గురు చైతన్య మహా ప్రభువు
గురు నానక్
గురు రాఘవేంద్ర స్వామి
గురు వీరబ్రహ్మేంద్ర స్వామి
యోగి వేమన
అస్మదాచార్య పర్యంతాం
గురు త్రైలింగ స్వామి
గురు లాహిరి మహాశయ
గురు రామకృష్ణ పరమహంస, అమ్మ శారదాదేవి
గురు వివేకానంద
గురు సాయి బాబా
గురు అరబిందో
గురు రమణ మహర్షి
గురు యోగానంద
గురు భక్తివేదాంత ప్రభుపాద
గురు మళయాళస్వామి
గురు విద్యాప్రకాశానందగిరి
గురు చంద్రశేఖర పరమాచార్య
వందే గురుపరంపరాం..

నన్ను "నేను" తెలుసుకోవటానికి

నన్ను "నేను" మార్చుకోవటానికి

నన్ను "నేను" చేరుకోవటానికి

మరియు అత్యుత్తమ జీవన విధానానికి

కావలసిన భక్తి,జ్ఞాన,కర్మ,ధర్మ సమాచారం ఒకేచోట తెలుగులో ఉచితంగా!

సాధారణంగా వేదాంతం తెలుసుకోవాలనే కోరిక వుంటుంది, కాని గ్రంధాలు అందుబాటులో లేవు. ఇంకొకరి దగ్గర గ్రంధాలు వుంటాయి, కాని జిజ్ఞాసువులకి ఎక్కడ ఉన్నవో తెలియదు. అలాగే కొన్ని లైబ్రరీ లో కొన్ని రకాల పుస్తకాలు మాత్రమే లభ్యం అవుతున్నాయి. కనుక తమవంతుగా భక్తి,జ్ఞాన ప్రచారార్ధం మహానుభావులైన **శ్రీ నాన్నగారు** వెబ్ సైట్ వారు ఉచితంగా విలువైన గ్రంధాలను ఆన్ లైన్ ద్వారా eBOOK(PDF) రూపంలో అందిస్తున్నారు. వారు చేస్తున్న జ్ఞాన యజ్ఞానికి సాయి రామ్ కూడా తమవంతుగా సహాయం చేసే కార్యక్రమంలో భాగంగా వారి గ్రంధాలను సాయి రామ్ ద్వారా కూడా అందచేస్తున్నాము, ఇందుకు మేము వారికి కృతజ్ఞత తెలియచేసుకుంటున్నాము. కనుక ప్రతి ఒక్కరు ఈ సదవకాశాన్ని సద్వినియోగం చేసుకోగలరు. ఇందుకు సహాయం చేసిన ఆర్కైవ్ వెబ్ సైట్(https://archive.org), గూగుల్ వెబ్ సైట్(https://www.google.co.in),మైక్రోసాఫ్ట్ సైట్(http://www.microsoft.com) వారికి కూడా మేము ఋణపడివున్నాము. సాయి రామ్ సేవక బృందం కోరుకొనేది ఒక్కటే, ప్రతి ఇల్లు ఆధ్యాత్మిక జ్ఞాన గ్రంధాలతో నిండిపోవాలన్నదే మా కోరిక.

ఈ గ్రంధాలను ఉచితంగా ఆన్ లైన్ లో చదువుటకు, దిగుమతి(డౌన్లోడ్) చేసుకొనుటకు గల మార్గాలు:

1) **శ్రీ నాన్నగారు** వారి వెబ్ సైట్: http://www.srinannagaru.com
2) సాయి రామ్ వెబ్ సైట్: http://www.sairealattitudemanagement.org
3) సాయి రామ్ గూగుల్ సైట్: https://sites.google.com/site/sairealattitudemanagement
4) ఆర్కైవ్ వెబ్ సైట్: https://archive.org/details/SaiRealAttitudeManagement

ఈ జ్ఞాన యజ్ఞం పై గల సలహాలు,సూచనలకు సాయి రామ్ సేవక బృందాన్ని
సంప్రదించుటకు: sairealattitudemgt@gmail.com
సాయి రామ్ భక్తి,జ్ఞాన సమాచారం: https://www.facebook.com/SaiRealAttitudeManagement
సాయి రామ్ భక్తి,జ్ఞాన సంబంధ వీడియోలు: https://www.youtube.com/user/sairealattitudemgt

ఈ జ్ఞాన యజ్ఞంలో ప్రతి ఒక్కరు పాల్గొని, ఈ అవకాశాన్ని సద్వినియోగం చేసుకొని,మీరు సంతృప్తులైతే మరొక సాధకునికి, జిజ్ఞాసువులకు మార్గం చూపించగలరని ఆశిస్తున్నాము.

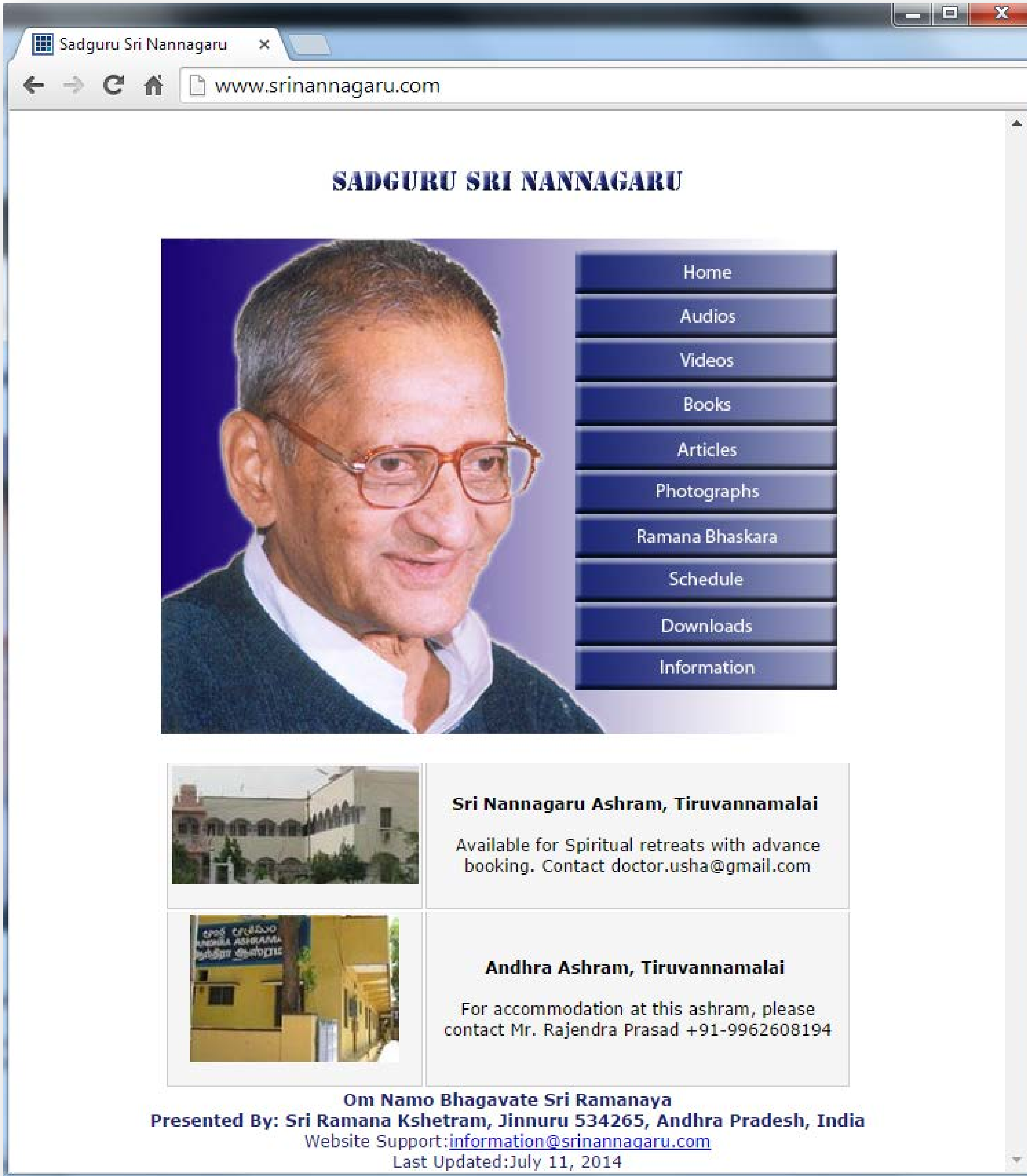
గమనిక: భక్తి,జ్ఞాన ప్రచారార్ధం ఉచితంగా eBook రూపంలో **శ్రీ నాన్నగారు** వెబ్ సైట్ వారు అందించటం జరిగింది. ఈ గ్రంధముపై వ్యాపార,ముద్రణ హక్కులు వారికి గలవు,కనుక వారిని సంప్రదించగలరు.

SaiRealAttitudeManagement(SAI RAM) - సాయి నిజ వ్యక్తిత్వ నిర్వహణ(సాయి రామ్)

* సర్వం శ్రీ సాయి నాథ పాద సమర్పణమస్తు *

శ్రీ నాన్నగారి వారి వెబ్ సైట్:

http://www.srinannagaru.com/



అతి విశిష్టం ఈ దానం!

"దానాలలోకెల్లా ఆధ్యాత్మిక విద్యాదానం చాలా శ్రేష్ఠమైంది! దాని తరువాతిది లౌకిక జ్ఞానదానం, ప్రాణదానం, అన్నదానం" అని వ్యాసమహర్షి చెప్పారు.

మన ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానం భారతదేశ హద్దులలో నిలిచి పోకూడదు. లోకమంతటినీ ఆవరించాలి! ఇలా లోకవ్యాప్తమైన ధర్మప్రచారాన్ని మన పూర్వులు చేశారు. హైందవ వేదాంతం ఎన్నడూ ఈ దేశం దాటి పోలేదని చెప్పేవారూ, మతప్రచారార్థం తొలిసారిగా, పరదేశాలకు వెళ్ళిన సన్యాసిని నేనే అని చెప్పేవారూ, తమ జాతిచరిత్ర నెరుగని వారే! ఇలాంటి సంఘటనలు ఎన్నోసార్లు జరిగాయి. అవసరమైనప్పుడల్లా, భారతీయ ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానప్రవాహం వెల్లువలా లోకాన్ని ముంచెత్తుతూ వచ్చింది.



రాజకీయ ప్రచారాన్ని రణగొణధ్వనులతో, యోధులతో సాగించవచ్చు. అగ్నిని కురిపించి, కత్తిని ఝళిపించి, లౌకిక జ్ఞానాన్నీ, సంఘనిర్మాణ విజ్ఞానాన్నీ విరివిగా ప్రచారం చేయవచ్చు. కానీ ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానదానం కళ్ళకు కనిపించకుండా, చెవులకు వినిపించకుండా కురుస్తూ, రోజా పువ్వుల రాసుల్ని వికసింపజేసే మంచులాగా నిశ్శబ్దంగా జరగవలసి ఉంది. భారతదేశం నిరాడంబరంగా, లోకానికి మళ్ళీ మళ్ళీ చేస్తూ వచ్చిన దానమిదే!

మిత్రులారా! నేను అవలంబించే విధానాన్ని తెలియజేస్తాను వినండి. భారతదేశంలోనూ, ఇతర దేశాల్లోనూ మన పారమార్థిక ధర్మాలను బోధించడానికి తగినవారుగా మన యువకుల్ని తయారు చేయడానికై భారతదేశంలో కొన్ని సంస్థలను నెలకొల్పాలి! ఇప్పుడు మనకు కావలసింది బలిష్ఠులు, జవసంపన్నులు, ఋజువర్తనులు, ఆత్మ విశ్వాసపరులు అయిన యువకులు. అలాంటి వారు నూరుమంది దొరికినా, ప్రపంచం పూర్తిగా పరివర్తన చెందగలుగుతుంది!!

ఇచ్ఛాశక్తి తక్కిన శక్తులన్నిటి కన్నా బలవత్తరమైంది. అది సాక్షాత్తూ భగవంతుని దగ్గరి నుండి వచ్చేదే కాబట్టి దాని ముందు తక్కినదంతా లొంగిపోవలసిందే. నిర్మలం, బలిష్ఠం అయిన 'ఇచ్ఛ' (సంకల్పం) సర్వశక్తిమంతమైంది. దానిలో మీకు విశ్వాసం లేదా? ఉంటే మీ మతంలోని మహోన్నత ధర్మాలను ప్రపంచానికి బోధించడానికై కంకణం కట్టుకోండి. ప్రపంచం ఆ ధర్మాల కోసమై ఎదురుచూస్తోంది. అనేక శతాబ్దాలుగా ప్రజలకు క్షుద్రసిద్ధాంతాలు నేర్పడం జరిగింది. వారు వ్యర్థులని ప్రపంచమంతటా బోధలు జరిగాయి. ఎన్నో శతాబ్దాల నుండి వారు ఈ బోధనల వల్ల భయభ్రాంతులై, పశుప్రాయులైపోతున్నారు. తాము ఆత్మస్వరూపులమనే మాటను వినడానికైనా వారెన్నడూ నోచుకోలేదు. "నీచాతినీచుడిలో కూడా ఆత్మ ఉంది. అది అమృతం, పరమ పవిత్రం, సర్వశక్తిమంతం, సర్వవ్యాపకమైనది" అని వారికి ఆత్మను గురించి చెప్పండి. వారికి ఆత్మవిశ్వాసాన్ని ప్రసాదించండి. ❖

మూలం: శ్రీ రామకృష్ణ ప్రభ - ఫిబ్రవరి 2014

చైతన్య జాగృతి

మూలము

శ్రీనాన్నగారితో జాన్‌డేవిడ్ ఆంగ్ల సంవాదము

అనువాదం

డా॥ కె. రామారావు

శ్రీ రమణక్షేత్రం

జిన్నూరు - 534 265

చైతన్య జాగృతి

2002, నవంబరు, అరుణాచల కార్తీకదీపోత్సవ పర్వ దినాన, తిరువణ్ణామలైలోనున్న "శ్రీ నాన్న ఆశ్రమము" లో రమణతత్వాన్ని గూర్చి జాన్ డేవిడ్ అను పాశ్చాత్య భక్తుడికి - **సద్గురు శ్రీనాన్న గారికి** మధ్యన జరిగిన ఆంగ్ల సంవాదానికి అనువాదమే ఈ **చైతన్య జాగృతి**-

1. **భగవాన్ శ్రీ రమణమహర్షి "నేను ఎవడను?" అని ప్రశ్నించుకొని, విచారణ చేయమని చెప్పారుగదా – మరి "మీరెవరో" మేము అడుగవచ్చునా?**

శ్రీనాన్నగారు : నేను వ్యత్యాసపు లేని ఆత్మను!

2. **ఆత్మానుభూతికోసము పాశ్చాత్యులెందరో భారతదేశము వస్తున్నారు – ఏమిటీ ఆ ఆత్మానుభూతి?**

శ్రీనాన్న గారు : ఆత్మను తన స్వరూపముగా అనుభవములోనికి తెచ్చుకోవటమే!

3. **ఇంకా కొంచెము వివరముగా చెప్పగలరా?**

శ్రీనాన్నగారు : ఉన్న సత్యమును తనస్వరూపముగా అనుభవములోనికి తెచ్చుకొనుటయే జ్ఞానము. జ్ఞానము కలిగేవరకు, ఆత్మదర్శనము అయ్యేవరకు ఏ జీవుడికి స్వేచ్ఛలేదు - వాడు స్వతంత్రుడు కాడు.

ఆత్మను దర్శించిన జ్ఞాని మాత్రమే జననమరణముల ను దాటిపోతాడు - బంధములో నుంచి బయట పడతాడు.

4. ఏదో సాధనచేసి జ్ఞానాన్ని పొందాలని పాశ్చాత్యులు భారతదేశము వస్తున్నారు – అది నిజమేనా?

శ్రీనాన్నగారు : మనస్వరూపమే జ్ఞానము. జ్ఞానాన్ని మనము సంపాదించనక్కరలేదు - మనల్ని ఆవరించిన అజ్ఞానాన్ని విడిచిపెడితే చాలు - ఉన్న జ్ఞానము వ్యక్తమవుతుంది.

భారతదేశము సనాతనమైన ఆధ్యాత్మికభూమి - ఆత్మజ్ఞానులకు నిలయము. ఎందరో ఋషులు, ఆచార్యులు, ప్రవక్తలు, ముముక్షువులు పుట్టిన పవిత్ర భూమి యిది. పాశ్చాత్యులు ఆధ్యాత్మిక విషయములను భారతదేశము నుంచి నేర్చుకోవాలి - భారతీయులు విషయపరిజ్ఞానాన్ని, సమాజసౌభాగ్యాన్ని పాశ్చాత్యుల నుంచి నేర్చుకోవాలి.

భారతదేశము ఆధ్యాత్మికకేంద్రము. ఇక్కడ ఒక్కరిద్దరే కాదు - ఎందరో ఆత్మానుభూతి పొందిన మహాత్ములున్నారు. అందులో కొందరుమాత్రమే మనకు తెలియవచ్చు - మిగిలినవారు తెలియక

పోవచ్చు. మహాత్ముల సన్నిధిలో - సత్యాన్ని తెలుసుకోవాలని, దాన్ని అనుభవములోనికి తెచ్చుకోవాలని, ఆ సత్యములో జీవించాలని అతిబలీయమైన తపన కలుగుతుంది. అందుకే పాశ్చాత్యులు భారతదేశము వస్తున్నారు.

భారతదేశములో అతిపురాతనమైన, పవిత్రమైన పుణ్యక్షేత్రాలు ఎన్నోవున్నాయి. ఆత్మసింహాస నాన్ని అధిరోహించిన చక్రవర్తులు, ఋషులు, మునులు, యోగులు ఎందరోవున్నారు. అట్టి పవిత్ర పుణ్యక్షేత్రాలను దర్శించి పునీతులు కావాలని, మహాత్ము లను సేవించి తరించాలని పాశ్చాత్యులు వస్తున్నారు. నిజాన్ని అనుభవములోనికి తెచ్చుకొనేవరకు ఏ జీవికి స్వేచ్ఛలేదు. నిజముతెలిసేవరకు - తెలియుట, తెలియక పోవుట అనే ఈ ద్వంద్వాలను దాటలేరు.

5. ఆ నిజాన్ని గురించి ఇంకాకొంచెము వివరముగా చెప్పగలరా?

శ్రీఅమ్మగారు: ఉన్న నిజము ఆత్మ ఒక్కటే! ఆత్మ ఒక్కటే చైతన్యము - మిగిలినదంతా జడమే! ఆత్మ నిత్యమైనది, సత్యమైనది, శాశ్వతమైనది, స్వతంత్రమైనది, స్వయం ప్రకాశమైనది. ఆత్మ ఆనందస్వరూపము, శాంతి స్వరూ

పము, సుఖస్వరూపము, జ్ఞానస్వరూపము. అది అనం తము, అఖండము, అమరము, అజరము, అద్వితీయ ము, అనిర్వచనీయము, అవ్యయము, అభౌతికము, అలౌకికము. మన ఆచారవ్యవహారములకు, కష్టసుఖ ములకు, చావుపుట్టుకలకు ఆత్మ అతీత మైనది. ఈ ద్వంద్వాలు అన్నీ మానవమానస కల్పితము - కాని ఆత్మమాత్రము మానవ కల్పితము కాదు! అది ఎప్పుడూ ఉంది - ఉ ంటుంది! అది మీకు తెలిసినా - తెలియక పోయినా ఉంది. అట్టి ఆత్మను మనము అంగీకరించి తీరాలి.

6. అయితే, మేము దేనినైతే శోధించి, సాధించాలని భారతదేశము వస్తున్నామో - ఆ ఆత్మేమేమన్నమాట?

శ్రీనాన్నగారు : ఔను! ఆ ఆత్మ మీరు అయ్యే ఉన్నారు. మీరు మాత్రమే కాదు - ఈ సృష్టిలో ప్రతీజీవుడు ఆత్మే అయివున్నాడు. ఆ నిజము తెలిసినవాడు జ్ఞాని - తెలియనివాడు అజ్ఞాని! ప్రతీమనిషి హృదయములోను దేవుడు ఆత్మస్వరూపముగా ఉన్నాడు. ఆ నిజము తెలిసినవాడు ద్వంద్వాలను దాటిపోతాడు - బంధము లోనుంచి బయటపడతాడు - వాడు ఋషి అవుతాడు! తనలో నున్న ఆ నిజము తెలియనివాడు శవబుద్ధిని

వీడలేక, శివబుద్ధిని పొందలేక, బంధాలను తెంచుకో లేక, ద్వంద్వాలను దాటలేక, పరిసరాలను అతిక్రమించ లేక, రాగద్వేషాలకు లొంగిపోతాడు - జీవుడిగానే మిగిలిపోతాడు. ఆత్మ మన నమ్మకాలమీద ఆధారపడి లేదు - అది స్వతంత్రమైనది - అది ఎప్పుడూ ఉంది! ఆ ఆత్మను తెలుసుకుంటే మీరు దుఃఖసాగరాన్ని దాటి పోతారు - ఆనంద సాగరంలో ఈదులాడతారు. ఆత్మను తెలుసుకొనే వరకు దుఃఖము మిమ్ములను వెన్నంటి తరుముకొస్తుంది - జననమరణచక్రము లోనికి నెట్టివేస్తుంది. ఆత్మ ఒక్కటి మాత్రమే దుఃఖానికి అతీతమైనది, బంధానికి అతీతమైనది, ద్వంద్వాలకు అతీతమైనది, చావులేనిది!

7. మేము ఆత్మ అయ్యుండీ, ఆ నిజము తెలుసుకొనుటకు భారత దేశము వచ్చుట చాలా విచిత్రముగా ఉంది!

శ్రీఅమ్మగారు : ఔను! మీరు ఆత్మ స్వరూపులే! అందులో సందేహము లేదు. కాని మీ హృదయములో నున్న ఆత్మను తెలుసుకునే దారి చూపించు వారి కోసమే మీరు ఈ దేశము వస్తున్నారు. ఒక ఋషినిగాని, జ్ఞానినిగాని, యోగినిగాని మీరు దర్శించకపోతే బాహ్యదృష్టి వీడదు - లోదృష్టి కలుగదు. మనస్సు

పరిధిలో నుంచి, దేహపరిధిలో నుంచి మీరు బయట పడలేరు. మహాత్ముల దర్శనము వలన మనస్సుకు పరిపక్వత వస్తుంది. సత్పురుషుల సాన్నిధ్యములో సత్యాన్ని తెలుసుకోవాలనే తపన కలుగుతుంది.

8. మీ సన్నిధిలో మాకెందుకు ఆనందముగా ఉంటున్నదో ఇప్పుడు నాకు అర్థమైనది.

శ్రీనాన్న గారు : మీరు అర్థము చేసుకున్నందుకు సంతోషిస్తున్నాను.

9. మీకళ్ళు చాలా అందముగా ఉంటాయి. వాటిలో ఏదో కాంతి ఉంది!

శ్రీనాన్న గారు : ఆ కాంతి మనోదేహములకు అతీతమైనది.

10. మేము జ్ఞానము పొందుటకు ఏవైనా అర్హతలు కావాలా? లేక సాధన సరిపోతుందా?

శ్రీనాన్న గారు : జ్ఞానము పొందుటకు అర్హతలు తప్పకుండా కావాలి. అందులో "పవిత్రత" అతి ప్రధానమైనది. మీరు పవిత్రులగుటకు మనస్సు, మాట, చేత - ఇవి మూడు ఒక్కటిగా ఉండాలి. హృదయముతో మనస్సుకు అనుసంధానము ఉండాలి. మనస్సుతో ఆలోచిస్తున్నదే నోటితో చెప్పాలి - నోటితో

చెప్పినదే చేతలలో ఆచరించాలి. అలా జీవిస్తే మీ అంతఃకరణము శుద్ధియై, మీరు పవిత్రులౌతారు. పవిత్రత ఉన్నవాడి మనస్సు అదుపులో ఉంటుంది. మనోనిగ్రహము ఉన్నవాడు తన మనస్సును హృదయము వైపు గురిపెట్టి ఉంచగలుగుతాడు. మనస్సును దాని పుట్టుచోటైన ఆత్మలో స్థిరముగా నిలిపి ఉంచితే - అది ఆత్మాకారము చెందుతుంది.

11. మనస్సుకు అదుపు అంటున్నారే – ఏమిటా అదుపు?

శ్రీనాన్నగారు : బాహ్యముఖమే అజ్ఞానము! బాహ్యముగా పరుగెడుతున్న మీ మనస్సును నిరోధించి - అంతర్ముఖ పరచి, హృదయమువైపు గురిపెట్టి - దాని పుట్టుచోటైన ఆత్మలో స్థిరముగా నిలిపి ఉంచుటకు ప్రయత్నము చేయాలి. మనస్సు బహిర్ముఖమైతే వ్యర్థమైన చింతలు వస్తాయి - దేహగతమైన, మనోగతమైన రుగ్మతలకు గురిచేస్తాయి. కేవలము ఆధ్యాత్మిక జీవితానికే కాదు - భౌతిక జీవితానికి కూడా మనోనిగ్రహము చాలా ముఖ్యము. మనోనిగ్రహమును సాధించుటకంటే మించినపని మరొకటిలేదు.

12. మనోనిగ్రహమునకు మీరు ఏదైనా మార్గము చెప్తారా?

శ్రీనాన్న గారు : మనోనిగ్రహము సాధించుటకు 1.

వైరాగ్యము, 2. వివేకము, 3. ధ్యానము ముఖ్యము. ధ్యానమునకు ఉపాసన సహకరిస్తుంది. ఉపాసన వలన మనోనిగ్రహము సాధ్యపడుతుంది. మీ ఇష్ట దైవాన్నిగాని, మీ గురువునిగాని మీరు ఉపాసించండి. మీకు ఇష్టమైన నామాన్ని జపించండి, ఇష్టమైన రూపాన్ని ఆరాధించండి. మీకు ప్రాణాయామము ఇష్టమైతే ప్రాణాయామము చేయండి - దానివలన కూడా మనస్సు అణుగుతుంది. ప్రాణనిరోధము కూడా ఉపాసనకు సహకరిస్తుంది. మీరు నిరంతరము ఆ దేవుణ్ణి గురించే ఆలోచించండి. నిరంతర దైవచింతన వలనకూడా మనోచాపల్యము అణిగిపోతుంది. స్మరణ మాత్రముచేతనే అరుణాచలేశ్వరుడు మీ అహంకారాన్ని హరించి, ఆత్మజ్ఞానాన్ని మీకు ప్రసాదిస్తాడు.

13. మీరు ధ్యానాన్ని ప్రోత్సహిస్తారా?

శ్రీనాన్నగారు : ధ్యానము సాధకులకే గాని - జ్ఞానులకు కాదు. ధ్యానమే మన గమ్యము కాదు - గమ్యము చేరుటకు ధ్యానము ఒక మార్గము మాత్రమే. ధ్యానము కూడా కల్పితమే! ధ్యానము చేసేది ఎవరు? మనస్సు! అసలు మనస్సే లేనప్పుడు ధ్యానము చేయుటకు ఎవరూ మిగలరు. సాధకుడు ఉన్నంతకాలము సాధన

అవసరమే - అసలు సాధకుడే లేనప్పుడు సాధనతో పనేలేదు. దేహమున్న వాడికి రోగము - దేహమే లేనివాడికి రోగమేమిటి? మనోమూలాన్ని శోధిస్తే - ధ్యానము చేసే మనస్సు లేదని తెలుస్తుంది.

14. ఆత్మను తెలుసుకొనుటకు "ఆత్మ విచారణ" సూటిమార్గమని భగవాన్ శ్రీరమణ మహర్షి చెప్పారు – మీ అభిప్రాయ మేమిటి?

శ్రీనాన్నగారు : భగవాన్ శ్రీరమణమహర్షి "ఆత్మ విచారణ" చేసి మహర్షి కాలేదు. ఆయన కేవలము ఒక్క "ఆత్మ విచారణ" మార్గాన్నే చెప్పలేదు - "శరణాగతి" మార్గాన్ని కూడా చెప్పారు. "పూర్ణ శరణాగతి" ఒక్కసారిగా సాధ్యపడదు కాబట్టి "పాక్షిక శరణాగతి" కూడా చెప్పారు. పాక్షిక శరణాగతిని అభ్యాసము చేయగా చేయగా అది పూర్ణ శరణాగతికి దారిచూపు తుంది. భగవంతుని సంకల్పాన్ని గౌరవించి, ఆయన సంకల్పమే తన సంకల్పముగా అంగీకరించుటయే "శరణాగతి". దేవుని అస్తిత్వము మీద మీకు విశ్వాస ము లేకపోతే - ఆత్మవిచారణ చేసి, విచారణచేసే ఆ "నేను"ను తొలగించుకున్నా శరణాగతి వలన వచ్చే ఫలితమే మీకూ వస్తుంది.

15. "ఆత్మ విచారణ" - దైవధ్యానము ఒక్కటేనా?

శ్రీనాన్నగారు: ఆత్మకు మరోపేరే దైవము! ఆత్మ లేకుండా దైవము ఉండదు. ఆత్మధ్యానమన్నా - దైవ ధ్యానమన్నా ఒక్కటే. భక్తుడు దేనిని దేవుడంటాడో - జ్ఞాని దానినే బ్రహ్మమంటాడు. బ్రహ్మమే మనలోని నిజమైన ఆత్మగా ఉన్నది. మనో దేహములను అతిక్రమించి, అహం వృత్తిని తొలగించుకొని, మన సహజస్థితిలో మనము ఉండగలుగుటయే ఆత్మవిచారణాఫలము.

16. మరికొంచెము వివరముగా చెప్పగలరా?

శ్రీనాన్నగారు : మనస్సు ఉంటేనే - ఈ లోకం ఉంది, దేవుడు ఉన్నాడు. మనస్సు ఉంటేనే - నేను ఉన్నాను, నీవు ఉన్నావు, వాడు ఉన్నాడు. మనస్సు ఉంటేనే - రాగద్వేషాలున్నాయి, కామక్రోధాలున్నాయి, కష్టసుఖాలున్నాయి, లాభనష్టాలున్నాయి. గాఢనిద్రలో మనస్సు లేదు - అప్పుడు ఈ గొడవలేమీ మనకు గుర్తురావటం లేదు. కనుక అన్ని గొడవలకు మూలమైన మనోనాశనమే ఆత్మవిచారణాగమ్యము. మన నైజము ఆలోచించుట కాదు - కనుక ఈ లోకం గురించి, దేవుడు గురించి ఆలోచించే "ఈ మనస్సు ఎవరు?" అని ప్రశ్నించండి. అప్పుడు మీ మనస్సు ఒక్కసారిగా ఉక్కిరిబిక్కిరై,

తల్లక్రిందులై, అంతర్ముఖమౌతుంది - దాని మూలాన్ని శోధించుట మొదలుపెడుతుంది. దాని పుట్టుచోటైన హృదయము వైపు ప్రయాణము చేస్తుంది. హృదయ స్థానమందు మీ మనస్సును స్థిరముగా నిలిపి ఉంచ గలిగితే - అది ఆత్మాకారము చెంది అమృతానుభవం కలుగుతుంది - ఆనంద సాగరంలో ఓలలాడుతారు. ఆనందమే మానవ నైజము.

17. శరణాగతి – ఆత్మవిచారణా మార్గము ఒక్కటేనా?

శ్రీనాన్నగారు : కాదు. అవి రెండూ రెండు మార్గాలు. కాని, అవి చేర్చే గమ్యము మాత్రము ఒక్కటే! లోకంలో రకరకాల మనస్తత్వమున్న మనుషులు ఉంటారు. ఎవరి సంస్కారాన్ని బట్టి వారు తమకు నచ్చిన పద్ధతిలో సాధన చేసుకోవచ్చును. చివరకు అన్ని మార్గములు చేర్చేగమ్యము మాత్రము ఒక్కటే!

18. "ఆత్మ సాక్షాత్కారము ఎప్పుడౌతుంది" అని భక్తులు అడిగితే – "కనిపిస్తున్న ఈ లోకము కరిగిపోయినప్పుడు" అని భగవాన్ చెప్పారు. దానిని మాకు కొంచెము వివరముగా చెప్పగలరా?

శ్రీనాన్నగారు: తాడును చూసి మీరు పాము అని భ్రాంతి పడుతున్నంత కాలము - ఆ తాడు మీకు పాము గానే

కనిపిస్తుంది. కాని నిజానికి అది పామా? కాదు - తాడు. ఆ తాడును చూసి మీరు పాము అని అనుకున్నప్పుడు కూడా అది నిజముగా తాడే! మరి అది పాము కాదు - తాడు అని ఎప్పుడు తెలుస్తుంది? దీపం వెలిగిస్తే అది పాము కాదు - తాడని తెలుస్తుంది. అదేవిధముగా, మీకు జ్ఞానము కలిగిన తరువాత - మీకు కనిపించే ఈ లోకము లోకముకాదని, అది బ్రహ్మమని తెలుస్తుంది. కనుక జ్ఞానజ్యోతిని మీలో వెలిగించండి - ఈ లోకము మాయమైపోతుంది - బ్రహ్మముగా వ్యక్తమౌతుంది.

అధిష్ఠాన వస్తువైన తాడు లేకుండా పాము కనబడదు. అదేవిధముగా అధిష్ఠానమైన బ్రహ్మము లేకుండా ఈ లోకము లేదు. తాడు తాడుగా కనిపించి నప్పుడు పాము కనిపించదు. అదేవిధముగా బ్రహ్మాను భవము పొందిన తరువాత ఈ లోకము కూడా బ్రహ్మముగానే వ్యక్తమౌతుంది గాని - లోకము వేరుగా కనపించదు. నిరంతర బ్రహ్మచింతన చేసేవాడు బ్రహ్మానుభవము పొందుటయే కాక - అన్ని సత్కర్మల యొక్క ఫలితము కూడా పొందుతాడు.

19. మేము లోకాన్ని చెరిపివేయుట ఎలా?

శ్రీనాన్నగారు : మనస్సునకు మరోరూపమే లోకము. మనస్సును అతిక్రమిస్తే లోకాన్ని దాటవచ్చు. మనస్సుకు భిన్నముగా లోకము లేదు. మనోమూలమైన చైతన్యమును దర్శించినవాడికి లోకము కూడా చైతన్యముగానే కనిపిస్తుంది. చైతన్యానుభవము పొందినవాడిని లోకము బంధించదు.

ఒకవేళ మీరు నేరుగా మనస్సును ఆత్మవైపు గురిపెట్టలేకపోతే - పూజ జప ధ్యాన సాధనలద్వారా మనోనాశనమునకు ప్రయత్నము చేయండి. భగవంతుడు మీకు కేటాయించిన కర్మను - అప్రీతితో కాకుండా ప్రీతితో, అయిష్టముతో కాకుండా ఇష్టముతో చేయండి. అట్టి సత్కర్మ మనోనాశనమునకు దారిచూపుతుంది.

20. మనస్సు నశిస్తే జ్ఞానము కలుగుతుందని చెప్తారుగదా - మరి మీకు మనస్సు ఉందా?

శ్రీనాన్నగారు : ఔను! నాకూ మనస్సు ఉంది - అది చల్లబడిన సాత్వికమనస్సు. సాత్వికమనస్సు స్వచ్ఛముగా ఉంటుంది. అది పనిచేస్తుంది - కాని ఈశ్వర సంకల్పాన్ని అది ప్రతిఘటించదు.

21. "జ్ఞానికి మనోనాశనమౌతుంది" అని శ్రీరమణస్వామి

చెప్పారు గదా – మరి ఆ మనోనాశనమేలా?

శ్రీనాన్నగారు : మనోనాశనమంటే - కాలిపోయిన తాడు పైకి తాడులాగే కనిపిస్తుంది - కాని దేనిని బంధించటానికి అది పనికిరాదు. మనోనాశనమైన జ్ఞాని మనస్సుకూడా లోకములోని ఏ సంఘటనకు చలించదు - అది బంధించబడదు. మనోనాశనము కాకుండా ఏ జీవుడూ జ్ఞానికాలేడు. నిరంతరము మనస్సును హృదయగుహలో నిలిపిఉంచితే - మనస్సు శుద్ధి అవుతుంది. పరిశుద్ధమైన మనస్సు ఆత్మాకారము చెందుతుంది. శుద్ధమనస్సును సాధించుటకే ఆధ్యాత్మిక సాధన!

22. మీరు చెప్పే "శుద్ధ మనస్సు" – బౌద్ధులు చెప్పే "మనస్సులేని స్థితి" ఒక్కటేనా?

శ్రీనాన్నగారు : ఔను - ఒక్కటే! అందులో సందేహము లేదు.

23. మరి మనస్సులోని సంస్కారముల సంగతేమిటి?

శ్రీనాన్నగారు : మనస్సులోని సంస్కారములు గత జన్మల నుంచి వస్తూ ఉంటాయి. మనిషి ఫలితాన్ని ఆశించి పనిచేస్తాడు - ఆ వచ్చిన ఫలితాన్ని అనుభవిస్తాడు. ఆ అనుభవములో నుంచి సంస్కారము పుడుతుంది. ఆ

సంస్కారము బీజరూపమున హృదయములో దాగి వుండి, మరుజన్మకు వెంట వస్తుంది. మరుజన్మలో ఆ సంస్కారములో నుంచి తలంపు పుడుతుంది. ఆ తలంపు వాడిచేత పనిచేయిస్తుంది. వచ్చిన ఫలితాన్ని వాడు మరల అనుభవిస్తాడు - ఆ అనుభవములో నుంచి ఆ సంస్కారము మరింత బలపడుతుంది - ఇది కర్మసముద్రము. కర్తృత్వబుద్ధి ఉన్నంతకాలము మానవుడు ఈ కర్మ సముద్రాన్ని దాటలేడు. కర్తృత్వ బుద్ధితో మంచిపని చేసినా, చెడ్డపని చేసినా సరే తప్పనిసరిగా సంస్కారము పుడుతుంది. ఈ సంస్కారములే మన ఆధ్యాత్మిక అభివృద్ధికి అవరోధములై, మన ఆత్మానుభూతికి అడ్డుపడుతున్నాయి. మన సాధనల గమ్యము సంస్కార నిర్మూలనే! అది కర్మమార్గమా, భక్తిమార్గమా, ధ్యానమార్గమా, జ్ఞానమార్గమా అని కాదు - ఎవరు ఏ మార్గములో ప్రయాణము చేసినప్పటికీ ఆత్మానుభవము పొందుటకు నిశ్శేషముగా సంస్కార నిర్మూలన జరిగితీరాలి, ఇందులో రాజీలేదు. ఒక్క సంస్కారము మిగిలినప్పటికీ అది మరుజన్మకు హేతువు అవుతుంది. మన సంస్కారాలే మనకు బంధాలు - మరుజన్మకు మూలం.

24. సాత్త్వికమనస్సును సంపాదిస్తే సంస్కారములు బంధించవా?

శ్రీనాన్నగారు : సాత్త్వికమనస్సును సంపాదించుట అవసరమే. కాని సాత్త్వికమనస్సే మన గమ్యము కాదు - మన గమ్యము సంస్కారనిర్మూలన. సాత్త్వికమనస్సు వలన సంస్కారముల యొక్క బలము తగ్గి, అవి సన్నగిల్లి రాలిపోతాయి - అవి బంధించవు. రాగద్వేషాల వల్లనే మానవుడు బంధములో చిక్కుకొంటున్నాడు. రాగద్వేషాలు తలంపుల రూపములోనే వస్తూ ఉంటాయి. తలంపులకు మూలము - సంస్కారము లే. సంస్కారములు పెంచుకొంటే - మనస్సు బహిర్ముఖు మై బంధములో చిక్కుకుంటాడు. సంస్కారముల నుంచి విడుదల పొందితే - వాడు సుఖి అవుతాడు, సంసార చక్రములో బంధింపబడడు, పరమశాంతిని పొందుతాడు.

25. అయితే, సంస్కారముల నుంచి బయటపడుట ఎలా?

శ్రీనాన్నగారు : మీరు నిరంతరము సంస్కారములను గురించి ఆలోచిస్తూ సంస్కారములను మీరు నిర్మూలించుకోలేరు. మీరు ఆలోచించిన కొలదీ సంస్కారములు మరింత బలపడతాయి. మీరు దేనిని

చింతిస్తూ ఉంటారో అదే మీరు అవుతారు. కనుక నిరంతరము మీరు ఆత్మను గురించో, దైవాన్ని గురించో, మీ గురువును గురించో ఆలోచిస్తూ వుంటే మీ సంస్కారములు విజృంభించుటకు మీ మనస్సులో చోటుదొరకక వాటి వేగము తగ్గి, క్రమముగా చిక్కి సన్నగిల్లి, రాలిపోతాయి. నిరంతర ఈశ్వర చింతన వలన మీ సంస్కారములు దహించబడతాయి. ఈశ్వరభక్తి అత్యంత ముఖ్యము.

26. జీవన్ముక్తుడికి – విదేహముక్తుడికి తేడా ఏమిటి?

శ్రీనాన్నగారు : జీవించియుండగా అద్వైతానుభవము పొందినవాడిని జీవన్ముక్తుడంటారు. గీతలో వాసుదేవ స్వామి జీవన్ముక్తుడినే స్థితప్రజ్ఞుడని, గుణాతీతుడని, జ్ఞాని అని కూడా చెప్పాడు. భగవాన్ శ్రీ రమణ మహర్షి, గౌతమ బుద్ధుడు, ఆదిశంకరాచార్యులు వంటివారిని జీవన్ముక్తులంటారు. శరీరము మరణించే టైములో అద్వైతానుభవము పొందినవాడిని "విదేహముక్తుడు" అని అంటారు. ఏసుక్రీస్తు తుదిశ్వాస విడిచిపెట్టే టైములో "నేను - నాతండ్రీ ఒక్కటే" అన్నాడు. అద్వైత సిద్ధిని ఆయన అప్పుడు అందుకున్నాడు. దీనినే విదేహముక్తి అంటారు.

27. ఇదంతా వింటూవుంటే – ఒక గురువును ఆశ్రయించుట మంచిదనిపిస్తుంది.

శ్రీనాన్నగారు : జ్ఞానులను, ఋషులను, ముముక్షువులను, సహృదయులను దర్శించుట మంచిది. సత్పురుషులను దర్శించుటవలన - మీలో జ్ఞానము పొందాలనే జిజ్ఞాస కలుగుతుంది, మీ చైతన్య స్థాయి పెరుగుతుంది, మీ మనస్సు పరిశుద్ధమౌతుంది. సత్యసాక్షాత్కారము పొందుటకు మంచితనము కూడా కావాలి. మీరు నిరంతరము మంచినే చూడండి, మంచినే వినండి, మంచినే చేయండి - అది కూడా సాధనే! సత్పురుషసహవాసముతో అది సమానము. సత్పురుషులతో మానసిక అనుబంధము చాలా మంచిది - దానివలన మీ మనస్సు పక్వానికి వస్తుంది.

28. ఎవరు గురువు?

శ్రీనాన్నగారు : ఉన్న సత్యము ఒక్కటే - అది ఆత్మ! ఆత్మ అన్నా, దేవుడు అన్నా, గురువు అన్నా ఒక్కటే - అందులో భేదము లేదు. ఆత్మను దర్శించినవాడే గురువు శబ్దానికి అర్హుడు. గురువు ముఖ్యముగా రెండు అర్హతలు కలిగి ఉండాలి. 1. తాను ఆత్మానుభవము పొంది ఉండాలి, 2. తాను పొందిన ఆత్మానుభవాన్ని

ఎదుటివారికి అర్థమయ్యేటట్లు బోధించగలగాలి.

కాని, ఆధ్యాత్మికముగా మీకు మార్గము చూపుటకు ఒక జ్ఞానే గురువు కానక్కరలేదు - చైతన్య స్థాయిలో మీకంటె పైమెట్టున ఉన్నవాడు కూడా మీకు మార్గము చూపగలడు. క్రింది తరగతి విద్యార్థికి లెక్కలు చెప్పటానికి గణితశాస్త్రవేత్త అక్కరలేదు - పై తరగతివాడు సరిపోతాడు.

29. గురువు పాత్ర ఎంతవరకు?

శ్రీఅమ్మగారు : దేవుని ప్రతినిధే గురువు! గురువు దేవుని స్వాధీనములో ఉంటాడు. గురువు దేహాన్ని దేవుడు ఉపయోగించుకుంటాడు. అందుకే గురువు యొక్క దేహము ఒక దేవాలయము. గురువు సన్నిధిలో వుండుట మంచిది. గురువు సాన్నిధ్యము సాధ్యపడ నప్పుడు, గురువుతో మానసిక అనుబంధము కలిగి వున్నా సరిపోతుంది - మీరు తరించటానికి. గురువుతో మీకు ఎంత బలమైన మానసిక అనుబంధము కలిగి ఉంటే - అంత ఆధ్యాత్మిక బలము మీకు వస్తుంది. మానవజాతిని దుఃఖ స్పర్శలేని మోక్షస్థితికి తీసుకొని వెళ్ళుటయే గురువు చేసేపని.

ప్రతీరోజు నా వద్దకు ఎందరో వస్తూ ఉంటారు

- ఎందుకు? డబ్బు కోసమా? ఉద్యోగం కోసమా? ఆరోగ్యం కోసమా? ఏమి ఆశించి వారందరు నా దగ్గరకు వస్తున్నారు? కేవలము దుఃఖస్పర్శలేని సుఖాన్ని కోరివస్తున్నారు! దుఃఖస్పర్శలేని సుఖాన్ని మీ దగ్గర వున్న ధనము పెట్టి బజారులో కొనలేరు - అది కేవలము గురువు అనుగ్రహము వలన మాత్రమే వస్తుంది.

30. నిజమైన గురువును ఎలా గుర్తించాలి?

శ్రీనాన్న గారు : దీనికి విశ్వాసము చాలా ముఖ్యము. ఎవరి సన్నిధిలో మీకు శాంతి, సుఖము, ఆనందము అందుతుందో, మనోవికాసము కలుగుతుందో, దేహ బంధములోనుంచి బయటపడటానికి దారి దొరుకుతుందో - అతడే మీకు గురువు. మీ నుంచి ప్రతిఫలం ఆశించేవాడు గురవు కాదు - బరువు. ఉదాహరణకు - శ్రీ రమణస్వామి సన్నిధిలో మీకు శాంతి, సుఖము, ఆనందము అందుతూవుంటే ఆయనే మీకు గురువు. గురవు అంటే కేవలము దేహమాత్రుడు కాదు.

31. జ్ఞాని ఆత్మానందములో మునిగి శూన్యములోనికి చూస్తూ వుంటాడని, అతని కళ్ళకు ఈ లోకము కనిపించదని కొందరు సాధకుల అభిప్రాయము. మరి మీ అనుభవము

ఏమిటి?

శ్రీఅమ్మ గారు : అది నిజమైన స్థితి కాదు. మనస్సు వుంటేనే ఈలోకం వుంది - మనస్సులేని వాడికి లోకం ఏమిటి? జ్ఞాని స్వరూపము ఆత్మ. జ్ఞానికి ఈ లోకము కూడా ఆత్మగానే కనిపిస్తుంది. మీరు కూడా జ్ఞానికి తన స్వరూపముగానే కనిపిస్తారు. వేరుభావన వుంటే వాడు జ్ఞానికాడు.

32. మా కళ్ళల్లోకి మీరు చూస్తున్నప్పుడు - మీ కళ్ళకు ఏమి కనిపిస్తున్నది?

శ్రీఅమ్మ గారు : మీ కళ్ళల్లోకూడా నన్ను నేనే చూసుకొంటున్నాను.

33. మీరు చూస్తూవుంటే మాకు ఆనందము వేస్తుంది - ఎందుకని?

శ్రీఅమ్మ గారు : మీకు ఆనందాన్ని ఇవ్వాలని జ్ఞాని అనుకోడు - సంకల్పము ఉంటే వాడు జ్ఞానికాడు. ఈ లోకానికి మేలు చేయాలని అనుకోవటము కూడా జీవలక్షణమే. చంద్రుడు నుంచి చల్లదనము, సూర్యుడు నుంచి కాంతి ఎంతసహజముగా ప్రసరిస్తున్నాయో - అంతే సహజముగా జ్ఞాని నుంచి శాంతి ప్రసరిస్తుంది, ఆనందము వర్షిస్తుంది.

34. ఇంకా చెప్పేది ఏమైనా వుంటే మాకు అనుగ్రహించండి?

శ్రీనాన్నగారు : మీ దేహాన్ని ప్రారబ్ధానికి విడిచిపెట్టండి - జరగవలసింది ఏదో జరుగుతుంది. మనోదేహముల తోటి తాదాత్మ్యమును తగ్గించుకోండి. భగవంతుడు మీకు ఇచ్చిన అవకాశములను సద్వినియోగము చేసుకొని, సత్యాన్వేషణకు ఉపయోగించుకోండి. ఈశ్వరదర్శనం కావాలనుకుంటే మీలో ఉన్న వ్యతిరేక భావాలను విడిచిపెట్టండి - అనుకూలభావాలను అలవరచుకోండి. వ్యతిరేక భావాలున్న వారికి దూరము గా ఉండండి - అనుకూల భావాలున్న వారితో స్నేహాలు చేయండి. అనకూల భావాలున్న సహృదయులతో సహవాసము చేస్తే మీకు ఆత్మవిశ్వాసము పెరుగు తుంది. ఆత్మ విశ్వాసము వున్నవాడే ఆత్మను దర్శిస్తాడు.

ఈ సృష్టిలో ప్రతిజీవుడు కోరుకునేది దుఃఖ స్పర్శలేని సుఖాన్ని. దుఃఖస్పర్శలేని సుఖం ఒక్క ఆత్మలో తప్ప మరెక్కడా లేదు. దుఖస్పర్శలేని సుఖాన్ని మీరు పొందాలని అనుకుంటే - మీరు ఆత్మను తెలుసుకొని తీరాలి.